La cocina de Mamá



Rosita Curiel

La cocina de mamá - Rosita Curiel

Dedicatoria a
Rosita Curiel



No solo somos lo que comemos, somos lo que recibimos con gratitud, tiempo y Amor desinteresado.

Desde nuestro primer alimento has sido generosa con todos nosotros y la comida un espejo en el que nos reconocemos y te devolvemos a través de tus recetas amorosamente condimentadas.



lentejas guisadas

Ingredientes

- 250g de lentejas
- 1 hoja de laurel
- 1 tomate natural
- 1/2 cebolla
- 1 ajo
- 4 cucharadas de aceite de oliva
- 1 pedacito de tocino
- 1 cucharadita de pimentón

Preparación

Comenzaremos poniendo las lentejas en remojo la noche anterior.
Al día siguiente, picamos en trozos menudos la cebolla, el tocino y el tomate.
En una olla ponemos las lentejas, la hoja de laurel, la cebolla, el tomate y el tocino. Damos unas vueltas con una cuchara de madera, añadimos dos cucharadas de aceite y agua fría hasta que cubra unos 2 cm por encima de las lentejas. Sazonamos y dejamos cocer unos 50 minutos en una olla tradicional.

Cuando estén cocidas, preparamos una sarten con el aceite de oliva restante y lo calentamos. añadimos el diente de ajo picadito y lo doramos ligeramente. Apartamos del fuego la sarten y le añadimos el pimentón, removiendo y añadiendo este sofrito a la olla de las lentejas.

Dejamos cocer 5 minutos más y servimos bien calientes.

Consejo

Puedes añadirle chorizo, están muy buenas.



potage de judías

Ingredientes

200g de judías blancas
1 tomate rojo
1 pimiento
1 cebolla mediana
1 cabeza ajos
2 hojas laurel
Perejil
1/2 cucharada pimentón de la Vera

Sal
Aceite de oliva
2/3 chorizos caseros en rodajas
1/4 de oreja de cerdo
100g de panceta
100g de chorizo

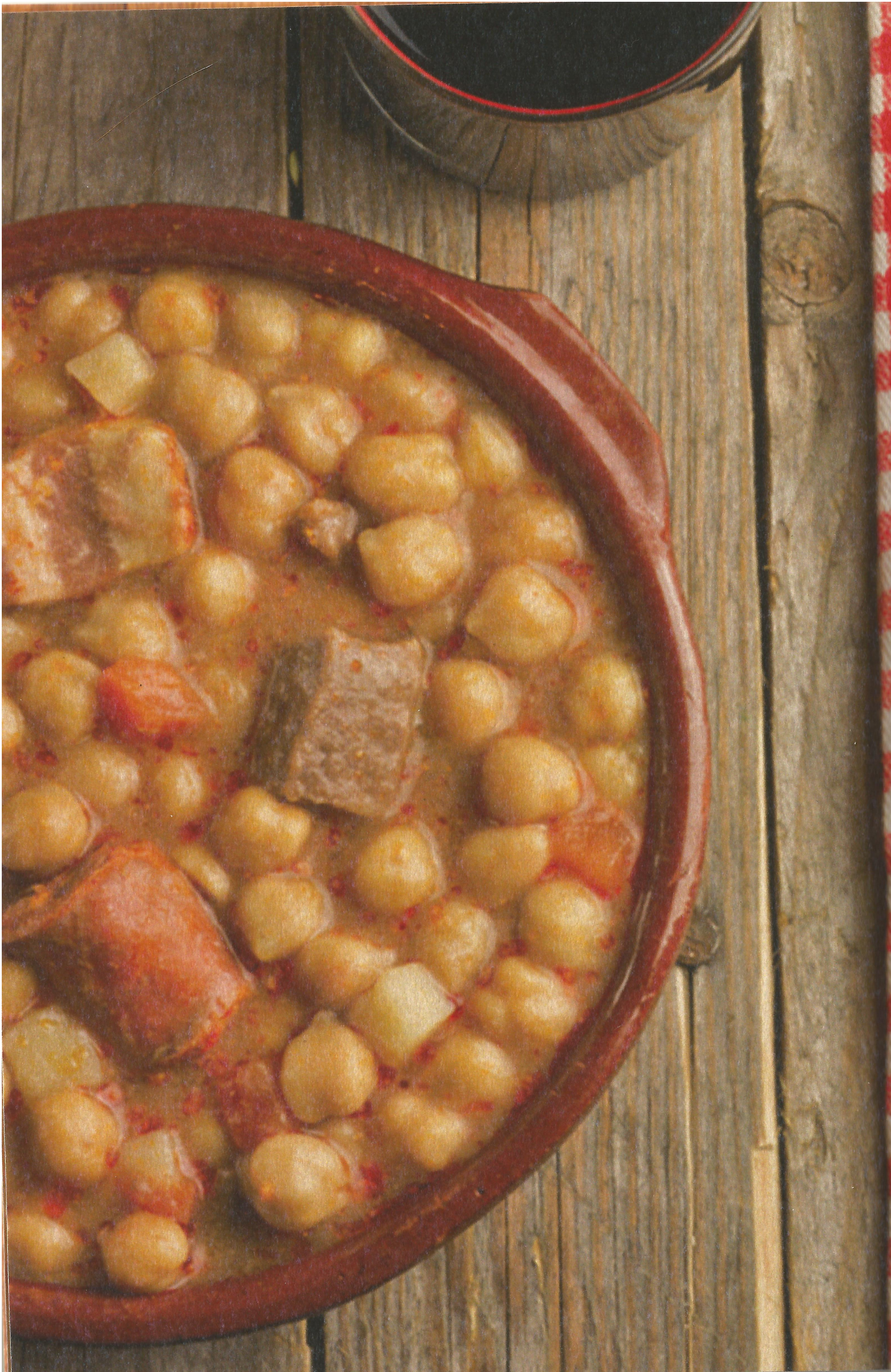
Preparación

En una olla, echar las judías blancas remojadas del día anterior, la cebolla, el tomate y el pimiento picados y el laurel. La cabeza de ajos se lava y se pone entera. Añadimos la oreja picada en pequeños trozos y cubrimos todo con agua fría.

En una sartén se sofríe la panceta en trozos y se agrega el pimentón, todo se vuelca en la olla. Añadimos sal y perejil, y dejamos cocer a fuego lento 2h.

Consejo

Recomiendo que hagáis este guiso a fuego lento.
Si se hacen con chorizo, este se pone junto con la panceta y no se pone el pimentón



cocido coriano con pringá

Ingredientes

- 200g de garbanzos
- 150g de jarrete de ternera
- 1 muslo de pollo
- 200g de tocino fresco
- 1/2 chorizo fresco
- 1/2 morcilla
- 1 hueso de jamón
- 1 punta de jamón
- 2 puerros
- 100 g de judías verdes
- 2 zanahorias
- 2 patatas
- Sal

Preparación

El día anterior se dejan los garbanzos en remojo - algunos ponen también alubias blancas-. Por la mañana se echan los garbanzos escurridos en la olla con la carne y el tocino, se cuecen a fuego lento durante una hora; pasado este tiempo añadiremos las judias verdes, las zanahorias, las patatas y el chorizo. Avivamos el fuego para que no deje de hervir y a los veinte minutos añadimos la morcilla. Se deja cocer 1h mas a fuego muy lento.

Se servirán los garbanzos con la verdura y el caldo.
En el centro de la mesa, se ponen las carnes partidas.
Cada comensal se sirve en su plato, las aplastan y mezclan todas , esto es la " Pringá"

Consejo

Se le puede poner un trozo de calabaza o acelgas en lugar de judias verdes. Hay varios tipos de cocido, uno es el puchero, otro cocido andaluz, pero este es el que se hacia en casa.



patatas guisadas

Ingredientes

200g Carne de cerdo
½kg de Patatas
1 Tomate natural
1 Cebolla
1 Pimiento
2 dientes de ajo
1 hoja de laurel
1 Vasito de vino blanco
Sal, aceite y pimentón

Preparación

Ponemos un poco de aceite en la olla. Se trocea la carne y se rehoga, añadimos el pimentón y el vino blanco, dejamos cocer y evaporar el alcohol. Hacer un sofrito aparte con el tomate, la cebolla y el ajo bien picaditos.

Dejar que se asiente bien hasta que el tomate se quede desecho al igual que la cebolla. Añadimos el sofrito a la olla, junto con la sal y el laurel. Añadimos agua suficiente para que cubra bien la carne.

Dejar cocer hasta que se ponga tierna.

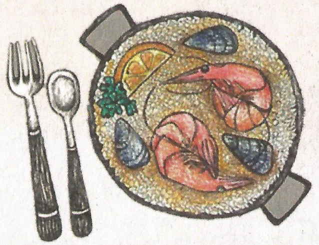
Cuando la carne ya esté tierna, echamos por último las patatas rotas y dejamos que se hagan a fuego lento.

Consejo

Este guiso de patatas se puede hacer con: con patatas solas, con almejas o como hemos explicado aqui, con carne.



paella



Ingredientes

2 muslos de pollo troceados
100g magro de cerdo
100g de gambas
100g de almejas
8 mejillones
1 ajo
½ pimiento verde
1 tomate

Aceite de oliva
1 cebolla pequeña
2 y 1/2 tazas de arroz
1/2 cucharadita de azafrán (o colorante)
1 pimiento morrón
½ limón

Preparación

Calentamos el aceite en una sartén a fuego medio alto. Añadimos los trozos de pollo y el magro en trocitos.Una vez que esta la carne dorada la pasamos a un plato aparte. Incorporamos, la cebolla y el pimiento y lo freímos en ese aceite, removiendo con frecuencia, hasta que la cebolla esté tierna, añadimos el tomate muy picado o rallado, lo dejamos hacer 5 minutos y añadimos un machado de ajo y perejil, añadimos un poco de agua, lo pasamos por el pasapuré y lo incorporamos todo junto con el pollo y la carne de cerdo a la paellera, dejamos cocer 20 minutos.

Añadimos el arroz y lo removemos con una cuchara para que se distribuya por todos los lados (Medida de arroz = 1 vaso x dos de agua).
Se le añade agua caliente de la cocción del marisco y el colorante o azafran y dejamos cocer unos 20 minutos. Pasado este tiempo dejar a fuego lento y añadir el marisco reservado junto con las almejas lavadas. Lo dejaremos durante 5 minutos hasta que las almejas se abran y el líquido se haya absorbido por complet
Ya podemos apagar el fuego, exprimir el limón y cubrir la paella con un paño para que repose unos minutos antes de servir.

Consejo

Se le pueden añadir un puñado de guisantes, judías verdes o habas.
Se pueden sustituir las gambas por langostinos o cigalas



gazpacho



Ingredientes

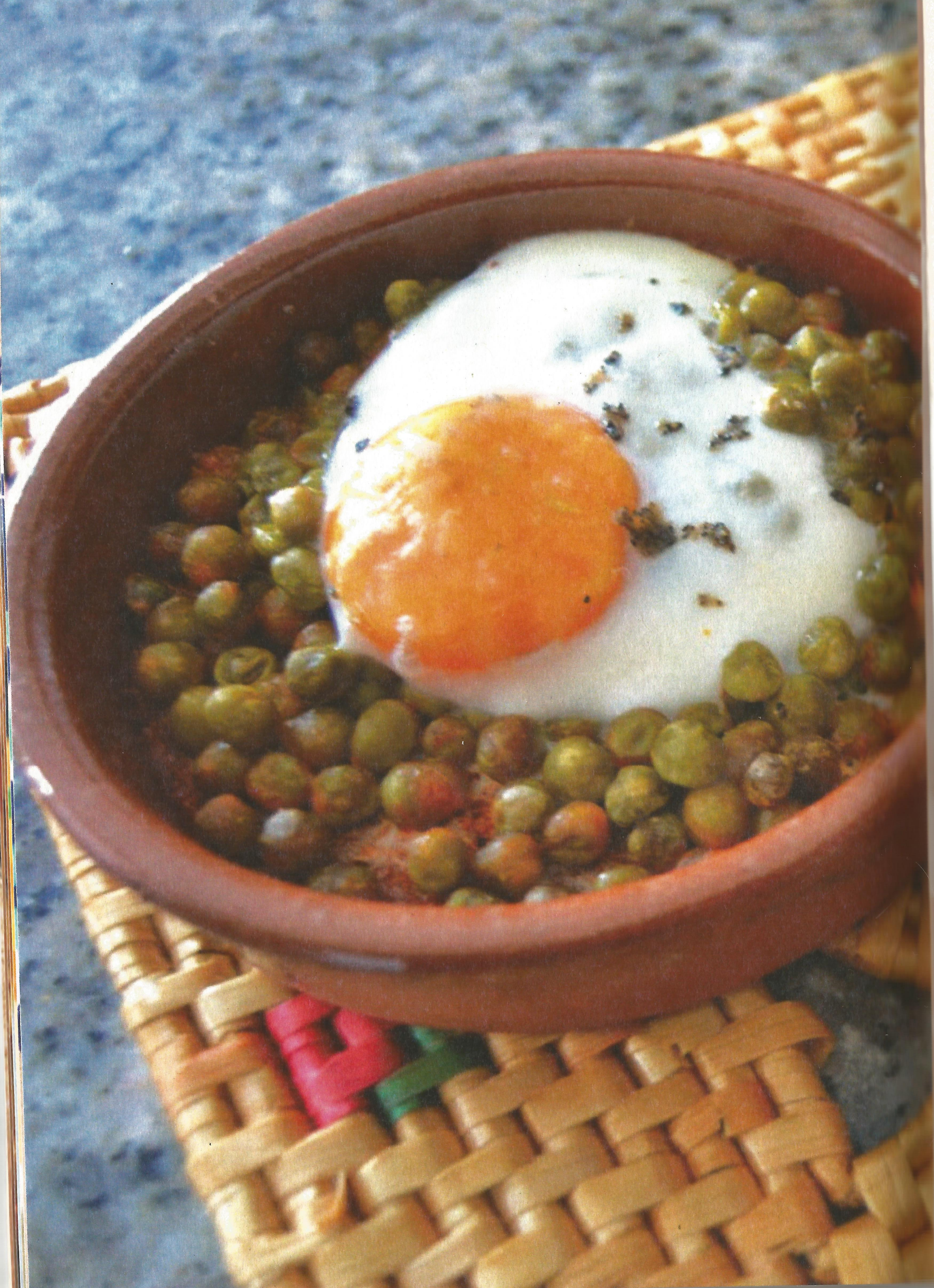
6 tomates maduros
1 pimiento verdes
1 cebolla mediana
1 diente de ajo
1 pepino
Miga de pan humedecida
Aceite de oliva
Vinagre
Sal

Preparación

Poniendo la miga de pan en remojo. Limpiamos, pelaremos y trocearemos los tomates, el pimiento y el ajo . Se coloca todo en un bol donde podamos batirlo, añadimos la miga de pan, aceite, vinagre y sal. Añadimos agua y batimos hasta que quede todo bien triturado, rectificamos de sal y vinagre si es necesario y se pone en la nevera unas horas. Pelamos el pepino y la cebollas, lo troceamos muy pequeñito y lo servimos con el gazpacho bien frio.

Consejo

Se puede añadir en cada plato un chorrito de aceite de oliva en el ultimo momento



guisantes con huevos

Ingredientes

500 gr. de guisantes
2 huevos
2 rebanadas de pan
½ cebolla
2 dientes de ajo
Perejil
Azafrán
Aceite de oliva
Sal



Preparación

Desgranar los guisantes. Picar la cebolla muy fina, ponerla a pochar en una cazuela (amplia y baja) con un poco de aceite, cuando esté lista añadimos los guisantes, un vaso de agua, un poco de sal y dejamos cocer a fuego sueve.

En una sartén freímos el pan y los ajos, lo ponemos en el mortero y hacemos un machado junto con el perejil y el azafrán, lo añadimos a los guisantes, dejamos cocer unos 15 minutos y cuando estén cocidos ponemos los huevos, tapamos otros 5 minutos para que se cuaje.

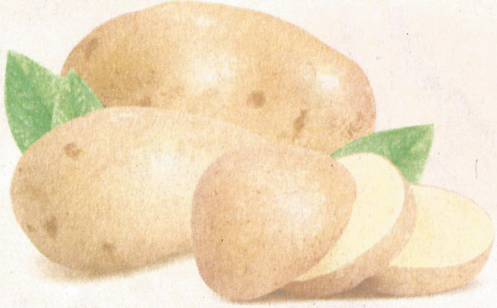
Consejo

Se pueden servir con rebanadas o cuadraditos de pan frito.



patatas aliñadas

Ingredientes



4-5 patatas medianas
¼ de cebolla
2 huevos
Perejil
Sal
Vinagre
Aceite de Oliva Virgen Extra

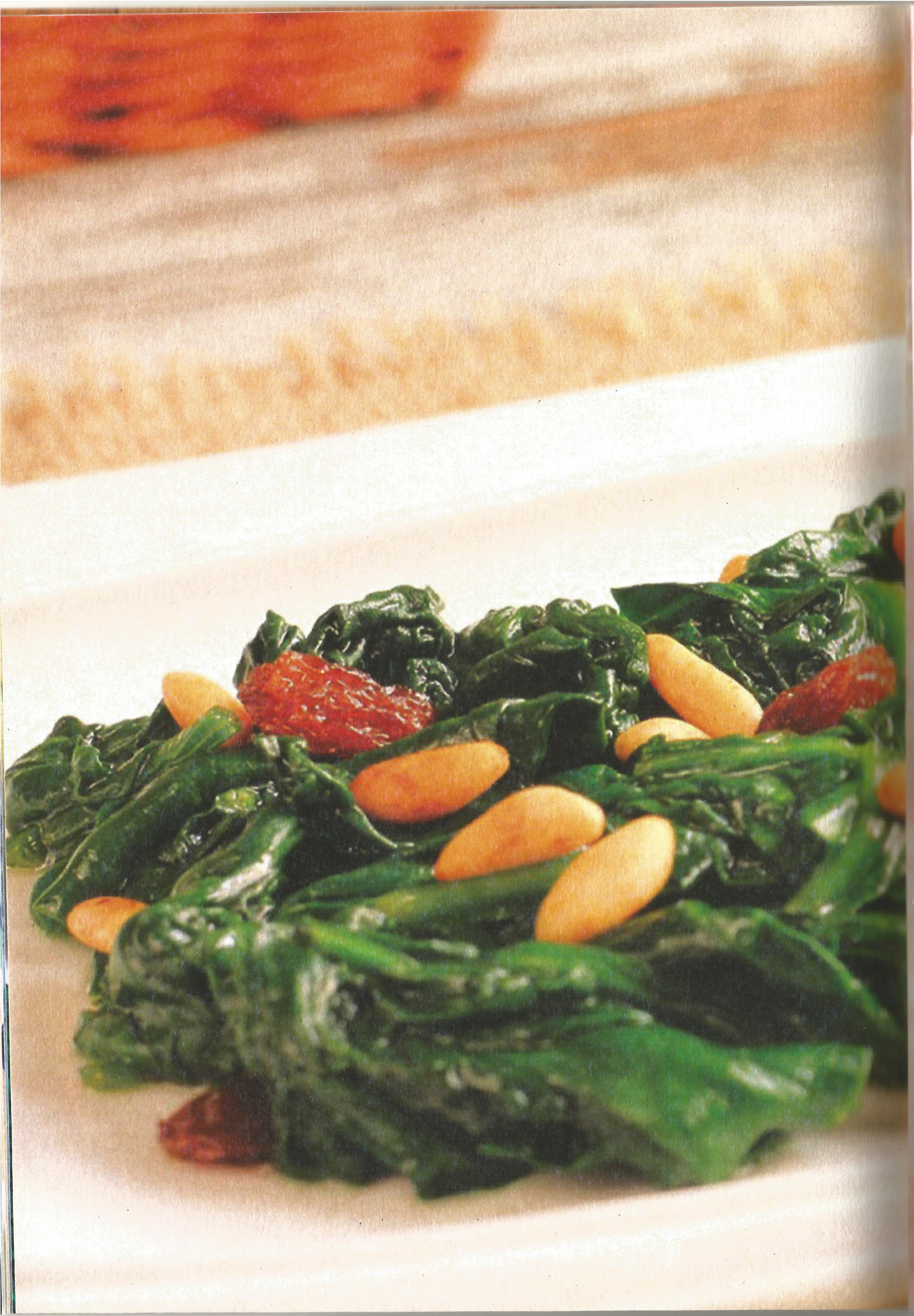
Preparación

Cocemos los huevos. Los dejamos enfriar y los pelamos. Lavamos muy bien las patatas y las ponemos a cocer enteras con piel, en agua con sal hasta que estén tiernas.

Las dejamos enfriar, las pelamos y las partimos en trozos medianos.
Le añadimos la cebolla picada en trocitos pequeños, perejil picado y las aliñamos con vinagre y aceite.

Consejo

Las servimos con los huevos partidos en rodajas por encima y espolvoreadas con perejil picado.



espinacas fritas



Ingredientes

800g de espinacas limpias
4 Ajos
Aceite de oliva
Sal
Pimienta

Preparación

Lavamos las espinacas bien y las ponemos en una cazuela con la sal y un poco de agua unos 10m Cuando estén cocidas las escurrimos bien presionando para que suelten todo el agua y las reservamos.

En una sartén con un poco de aceite, doramos los ajos cortaditos moviéndolos constantemente con una cuchara de madera para evitar que se quemen. Cuando los ajos estén ligeramente dorados, añadimos un puñadito de piñones, damos unas vueltas e inmediatamente ponemos las espinacas, removemos durante un ratito, rectificamos de sal, añadimos un toque de pimienta y estarán li

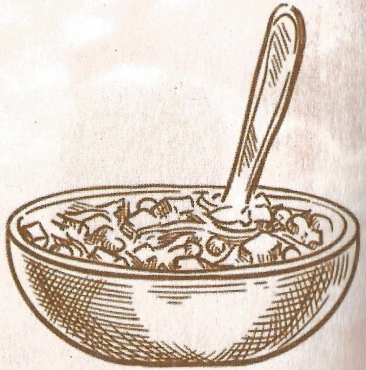
Consejo

Se puede adornar la bandeja de servir con picatostes recién fritos y pasas.



ensaladilla rusa

Ingredientes



1 kg de patatas
200g de zanahorias
200g de gamba blanca
3 huevos cocidos
100g de atún en aceite de oliva
100g de aceitunas verdes sin hueso
1 cogollo de lechuga
100g de pimiento morrón
400g de mayonesa
Sal

Preparación

Ponemos una cazuela grande con abundante agua al fuego. Una vez comience a hervir incorporamos las gambas y cuando comience a hervir de nuevo el agua las sacamos. Para que las gambas queden firmes hay que tener preparado un bol con agua y hielo para sumergirlas una vez las saquemos del agua de cocción.

En el agua de las gambas coceremos las patatas enteras, lavadas y con piel. También las zanahorias y los huevos, añadimos la sal. Cuando estén cocidas sacamos del agua, enfriamos y troceamos. En un bol grande mezclamos las patatas y zanahorias troceadas a dados, las gambas peladas, el atún en aceite de oliva bien escurrido, los huevos duros troceados, las aceitunas picaditas y la mayonesa. Con ayuda de una cuchara y con cuidado mezclaremos todos los ingredientes hasta que estén bien integrados.

Probamos y si fuera necesario rectificamos de sal, metemos en el frigorífico hast el momento de servir, en este momento añadimos el cogollo bien picadito remover con cuidado y adornamos.

Consejo

Para servir decoramos con huevo, algunas gambas, pimiento y aceitunas.



sopa castellana



Ingredientes

1 hueso de jamón
50g jamón serrano en lonchas
50 g de chorizo en lonchas
4 ajos
Pan del día anterior (tipo hogaza o pan de pueblo)
4 huevos
1 cucharadita de pimentón
Aceite de oliva
Sal.

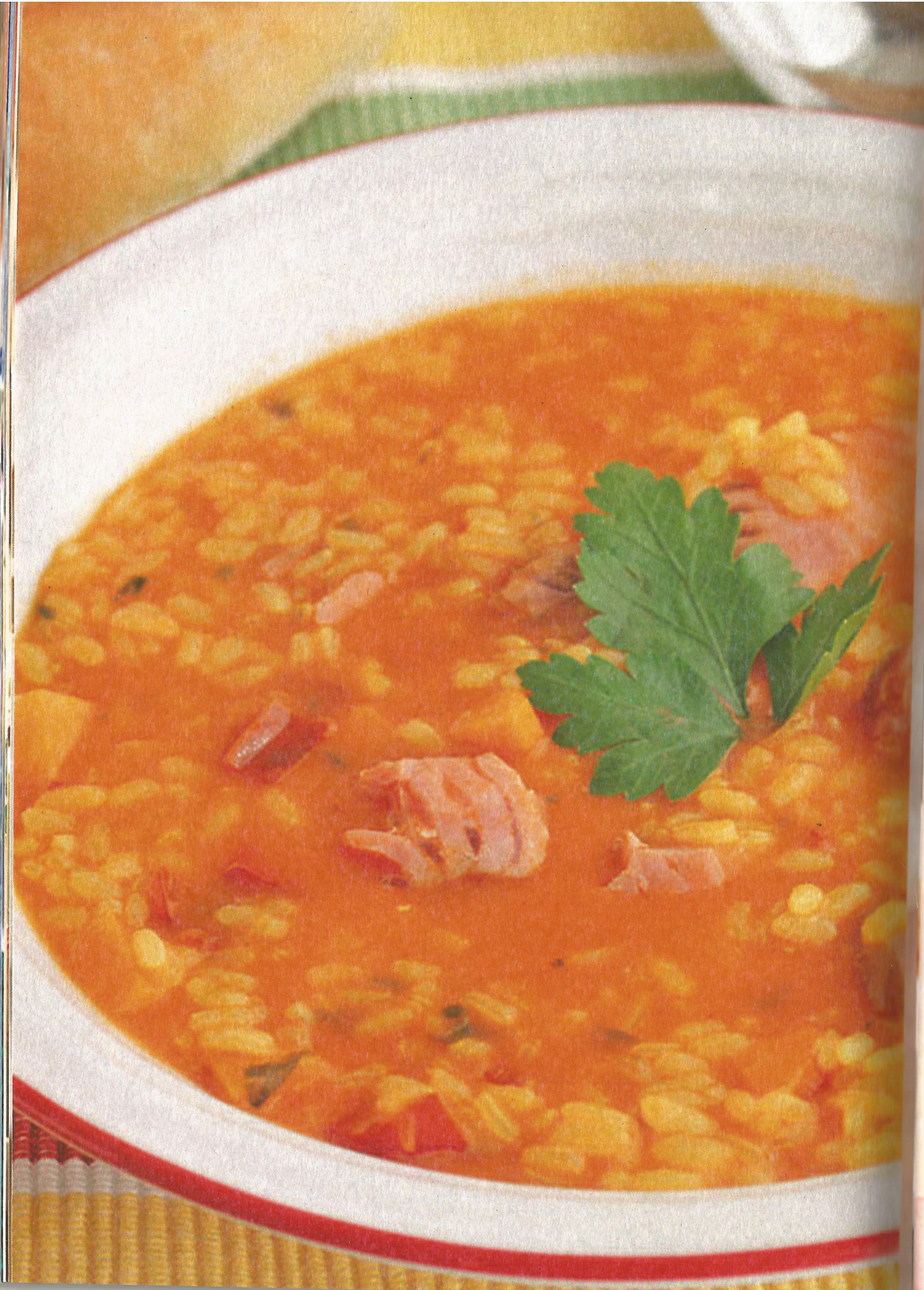
Preparación

Ponemos el hueso de jamón en una cazuela con un litro de agua, dejamos hervir unos 30minutos. En ese tiempo, ponemos en una satén el aceite y freímos el jamón, el chorizo y el pan, los ajos partiditos, y el pimentón.

Agregamos al caldo y esperamos a que comience a hervir. Apagamos el fuego y añadimos los huevos rompiéndolos uno a uno en la sopa caliente, tapamos para que se cuajen y servimos bien caliente

Consejo

Cuando se utiliza pimentón en cualquier receta, hay que tener mucho cuidado de que no se queme ,retirando la olla o sartén del fuego, o añadiendo algún líquido casi al momento, ya que si se quema amarga.



arroz caldoso con atún

Ingredientes

- 2 Tazas de Arroz
- 250g de Atún en aceite de oliva
- 1/2 cebolla
- 1 Pimiento rojo
- 2 Tomates
- 2 dientes de ajo
- Aceite de oliva
- Agua o caldo de verduras
- Ramitas de azafrán
- Perejil
- Sal

Preparación

En una cazuela ponemos aceite de oliva y doramos los ajos enteros, los reservamos y sofreímos la cebolla y el pimiento bien picaditos, cuando estén dorados ponemos el tomate cortado en dados y dejamos que se haga hasta que quede deshecho.

Ponemos en el mortero sal, los ajos fritos, el perejil, el azafrán y majamos bien. Incorporamos el majado del morteroa la cazuela, añadimos el arroz y mezclamos. Vertemos el agua o caldo de verduras, (2 de agua x 1 de arroz). Dejamos cocer a fuego lento unos 20 minutos. En ese momento, apagamos el fueg e incorporamos el atún, y dejamos 5 minutos sólo con el calor del arroz, así, no quedará seco.

Consejo

Esta receta se puede hacer con atún fresco, hay que dorarlo al principio de la receta y reservarlo hasta el final, se añade al arroz 10 minutos antes de terminar la cocción.



ensalada de pimientos asados



Ingredientes

2 pimientos grandes entreverados para asar
1 cebolla mediana
1 lata de melva o ventresca
2 huevos
2 dientes de ajo
Aceite de oliva
Vinagre de Jerez
Sal

Preparación

Se lavan los pimientos, se colocan en una fuente de asar y se meten al horno unos 40 minutos. Cuando estén asados se pelas y trocean, junto con el jugo de asarlos, se colocan en una bandeja.

Freímos los ajos laminados en una sartén aparte e incorporamos este aderezo a la bandeja de pimientos dejando enfriar en la nevera.

Cocemos los huevos y los reservamos. Añadimos la cebolleta fresca picada en juliana fina y el tomate cortadito en dados. Aderezamos con aceite de oliva, vinagre y sal.

Consejo

Servimos la ensalada de pimientos fría, con unos lomos de melva o ventresca y adornada con el huevo cocido



garbanzos con espinacas

Ingredientes



400 gramos de garbanzos
300 gramos de espinacas
3 cucharadas de mantequilla
4 dientes de ajo
1 cebolla
Caldo de verduras
Aceite de oliva
Laurel
Pimentón
Sal

Preparación

Dejar los garbanzos la noche anterior en remojo. A la mañana siguiente lavamos los garbanzos, los ponemos en una olla con el laurel y la mantequilla, añadimos agua y caldo de verduras hasta cubrirlos, dejamos a cocer como 1 hora.

Mientras tanto, en una sartén, preparamos el sofrito a fuego lento con la cebolla, los ajo y tomates picados bien pequeño. Cuando este bien fritito añadimos la sal y el pimentón, rápidamente ponemos un poco de agua para que el pimentón no se queme.

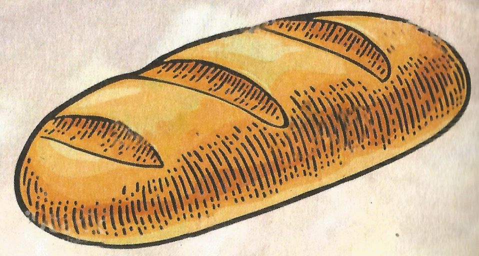
Cuando los garbanzos estén cocidos, añadimos el sofrito y dejamos otra media hora a fuego lento. En otra olla ponemos agua a fuego alto. Cuando comience a hervir echamos las espinacas, removemos como 2 minutos (escaldadas) las escurrimos y añadimos a la olla de los garbanzos. Remover un poco y deja cocer lentamente para que espese el caldo

Consejo

Añadir un poquito de hierbabuena picada en cada plato.



Tortillitas de pan rallado



Ingredientes

2 huevos
3 o 4 ramas de perejil fresco
3 cucharadas de pan rallado
1 diente de ajo
Aceite de oliva
Pimienta
Sal

Preparación

En un plato hondo batimos los huevos e incorporamos el perejil picado, el ajo, la sal, pimienta y el pan rallado. Mezclamos bien hasta que todo esté bien integrado. En una sartén ponemos un poquito de aceite y cuando este caliente (no demasiado) vamos echando la mezcla con una cuchara, han de quedar muy finas y doraditas.

Curiosidad

Es una receta que se hacia con el pan rallado y el huevo sobrante de empanar filetes.



croquetas de carne del cocido

Ingredientes

150g de carne sobrante del cocido (pollo, magro y jamón)
100g de Harina
½ litro de leche entera
1 cebolla mediana
2 huevos
Nuez moscada
Pan rallado
Aceite para freír
Sal



Preparación

En una sartén, con el aceite, echamos la cebolla picadita, una vez pochada agregamos la harina, y con mucha paciencia removemos a fuego lento unos 10 minutos, para que la harina se haga. Luego agregamos la leche poco a poco y vamos removiendo también con mucha paciencia. Ahora toca echar una pizca de sal, la nuez moscada y la carne muy picadita, seguimos removiendo durante otros 10m a fuego lento, Cuando este bien ligada la bechamel con la carne se vuelca la masa en una fuente no muy onda y se deja enfriar.

Una vez fría, hacemos la forma de las croquetas, las pasamos por harina, huevo, pan rallado y las freímos en abundante aceite de oliva.

Consejo

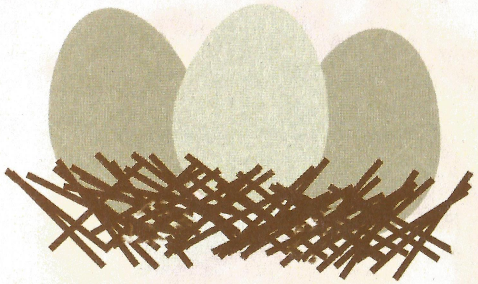
Se pueden hacer de cualquier otro ingrediente, bacalao, jamón, etc.



huevos en salsa

Ingredientes

- 6 huevos cocidos
- ½ cebolla
- 1 tomate
- 1 cucharada Harina
- 1 cucharadita de Azafrán molido
- Cominos
- 1 diente de ajo
- Perejil
- Aceite
- Sal



Preparación

Ponemos a cocer los huevos 12 minutos con un poco de sal para que no se nos rompa la cascara.En una sartén con aceite doramos un poquito la cebolla cortada muy fina, cuando este dorada le añadimos la harina, dejamos que se dore un poco y añadimos el tomate cortadito junto con el azafran molido, dejamos 5 minutos removiendo para que no se pegue y lo pasamos a un bol para triturarlo bien.

Se pasa a una cazuela junto con un vaso de agua y un machado de comino, ajo y la sal. Dejamos que cueza hasta que espese.

Pelamos los huevos los cortamos y ponemos en la bandeja, se pone la salsa caliente a momento de servir.

Consejo

Se pueden adornar con un poquito de pimenton al servir.



albóndigas

Ingredientes



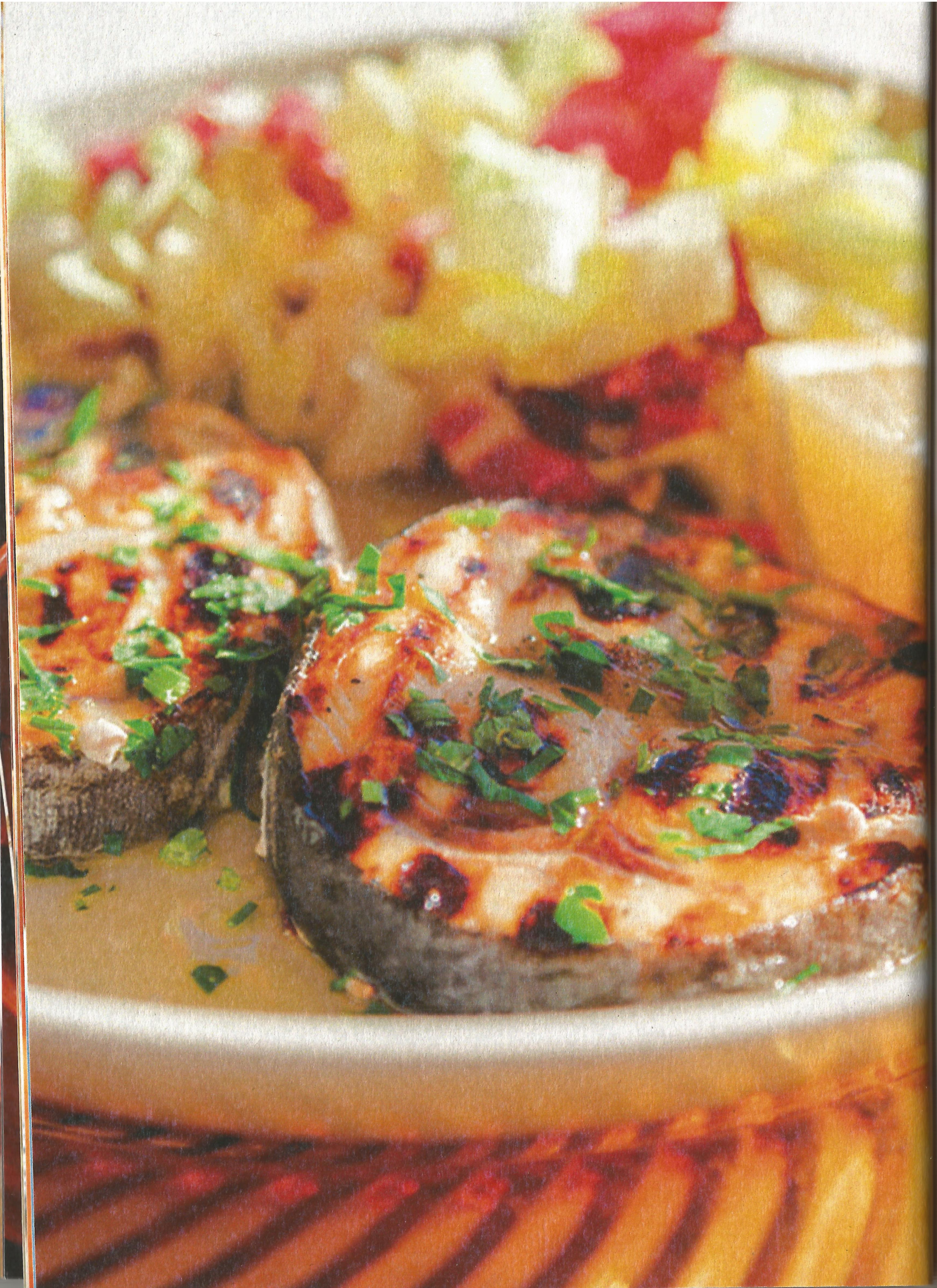
1 kilo de carne de ternera picada (o mezclada con carne de cerdo)
2 huevos
3 dientes de ajo picados
1 cucharada de perejil fresco picado
El zumo de medio limón
1 taza de migas de pan remojadas en leche
1 vaso de agua
1 Hoja de laurel
1 Tomate
2 cebollas picadas finamente
Harina
Aceite de oliva
Sal

Preparación

En un bol, mezcla los huevos junto con los ajos machados y el perejil, Se incorpora la carne picada, añadimos la sal y se mezcla todo bien. Remoja las migas de pan en leche y escúrrelas, añádelas a la mezcla de carne y grega un poco de sal y unas vueltas de pimienta negra molida. Amasa la mezcla co las manos para que los ingredientes se distribuyan uniformemente. Moldear las albóndigas dándole forma redonda. Pasarlas por harina, eliminando e exeso y resérvalas. Calentar abundante aceite de oliva en una sartén e ir dorand las albóndigas. Una vez que tienen una capa crujiente por fuera, se van sacando a una cazuela amplia. Cuando estén todas las albóndigas fritas, se añade un vaso de vino blanco y otro de agua y se ponen a hervir despacito. Para preparar la sals se pone un poco de aceite de oliva en una sartén y sofríe en él la cebolla finamente picada. Cuando se dore, añade 1 cucharada de harina y se remueve. Dejar que se tueste unos segundos y, a continuación, añadir el tomate muy picad se deja unos 5 minutos removiéndolo todo bien y se agrega a la cazuela de las albóndigas. Dejar cocer a fuego lento unos 15minutos más hasta que las albóndigas estén cocidas y la salsa espesa, rectificar de sal si es necesario. Se sirven las albóndigas con la salsa en una fuente y se pueden acompañar de patatas fritas.

Consejo

Se pueden hacer de carne de cerdo o de pollo.



pez espada en frio



Ingredientes

2 filetes de pez espada
1 pimiento
1cebolla
1 tomate
Aceite de oliva
Perejil

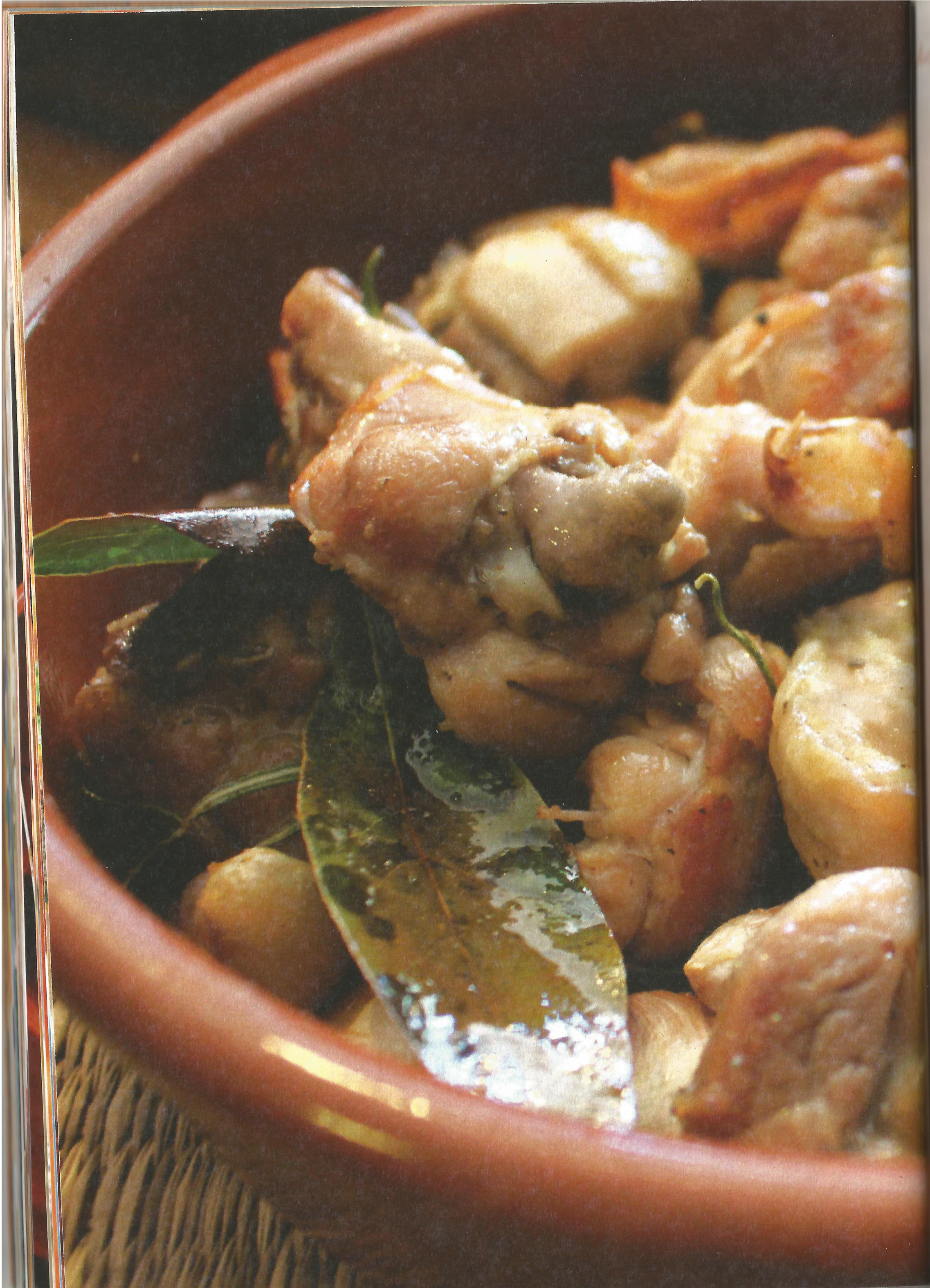
Preparación

Poner una cucharada de aceite en la cazuela, añadir los filetes y marcarlos, añadir la cebolla, el tomate y el pimiento troceados, mantener 5 minutos y sacar el pescado, dejamos cocer las verduras 15 minutos más.

Se pasa por el pasapuré y se sirven como salsa del pescado en frio, Se puede añadir unos piñones o ajitos fritos a la hora de servir.

Consejo

Controlar bien el tiempo de coción, es un pescado que se hace muy rapido.



pollo al vino blanco



Ingredientes

1 pollo troceado
1 cebolla tierna
2 hoja de laurel
3 vasos vino blanco
Agua
Pimienta
Aceite de oliva
Sal

Preparación

Salpimentamos el pollo.
En una cazuela ponemos el aceite y sofreímos el pollo.
Lo vamos sacando y lo reservamos.

En ese mismo aceite doramos la cebolla muy picadita, cuando este, añadimos el pollo (dorado previamente) lo removemos un poco y añadimos el laurel, la sal y el vino blanco (hasta cubrirlo).

Tapamos la cazuela y dejamos cocer unos 40 minutos, la salsa debe estar concentrada y el pollo tierno.

Consejo

Para servir, colocar en una fuente el pollo y regar con la salsa.



carne guisada

Ingredientes



750 gr de carne de ternera troceada
2 cebollas
200g de zanahorias
1 hoja de laurel
1 cucharada de harina
1 vaso de vino blanco seco
Nuez moscada
Perejil
Azafrán
Aceite de oliva
Sal

Preparación

En una cazuela al fuego ponemos la carne troceada y la rehogamos lentamente junto con el laurel hasta que vaya tomando color.
En cuanto esté, añadimos la cebolla picadita y pochamos.
Añadimos la harina, removemos y añadimos el vaso de vino, dejamos que se evapore el alcohol.
Una vez evaporado el alcohol añadimos el majado de nuez moscada, perejil y el azafrán (tostado previamente) añadimos agua que cubra la carne y salamos al gusto.
Tapamos la cazuela y dejamos que se haga el guiso a fuego lento hasta que la carne esté tierna.
El tiempo de cocción dependerá de la carne que hayas elegido.
Los últimos minutos se recomienda dejar destapada la cazuela para reducir el caldo y que la salsa quede concentrada.
Durante ese tiempo se ponen a cocer las zanahorias cortaditas en dados y se reservan hasta la hora de servir.

Consejo

Pasar las zanahorias por la plancha y servir de guarnición con la carne